

|  |                   |
|--|-------------------|
| Propuesta de educación en salud para fortalecer el nivel de autoestima y las prácticas de autocuidado protectoras para la salud de las mujeres usuarias del Programa Cáncer del Cuello Uterino de la Universidad de Caldas | Título            |
| Ruiz García, Diana Soraya - Autor/a;   | Autor(es)         |
| Manizales  | Lugar             |
| Centro de Estudios Avanzados en Niñez y Juventud alianza de la Universidad de Manizales y el CINDE   | Editorial/Editor  |
| 2008   | Fecha             |
|  | Colección         |
| Patología; Medicina preventiva; Salud pública; Mujeres; Autoestima; Educación para la salud; Autocuidado; Colombia; Caldas; Manizales;   | Temas             |
| Tesis  | Tipo de documento |
| <a href="http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20130322125700/TDianaSorayaRuiz.pdf">http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20130322125700/TDianaSorayaRuiz.pdf</a>  | URL               |
| Reconocimiento-No comercial-Sin obras derivadas 2.0 Genérica<br><a href="http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/deed.es">http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/deed.es</a>                            | Licencia          |

**Segui buscando en la Red de Bibliotecas Virtuales de CLACSO**

<http://biblioteca.clacso.edu.ar>

**Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales (CLACSO)**

**Conselho Latino-americano de Ciências Sociais (CLACSO)**

**Latin American Council of Social Sciences (CLACSO)**

[www.clacso.edu.ar](http://www.clacso.edu.ar)



Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales  
Conselho Latino-americano de Ciências Sociais  
Latin American Council of Social Sciences



PROPUESTA DE EDUCACIÓN EN SALUD  
PARA FORTALECER EL NIVEL DE AUTOESTIMA  
Y LAS PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO PROTECTORAS PARA LA SALUD  
DE LAS MUJERES USUARIAS DEL  
PROGRAMA CÁNCER DE CUELLO UTERINO DE LA  
LA UNIVERSIDAD DE CALDAS

DIANA SORAYA RUIZ GARCÍA

UNIVERSIDAD DE MANIZALES – CINDE  
EDUCACIÓN Y DESARROLLO HUMANO  
MANIZALES

2008

PROPUESTA DE EDUCACIÓN EN SALUD  
PARA FORTALECER EL NIVEL DE AUTOESTIMA  
Y LAS PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO PROTECTORAS PARA LA SALUD  
DE LAS MUJERES USUARIAS DEL  
PROGRAMA CÁNCER DE CUELLO UTERINO DE LA  
LA UNIVERSIDAD DE CALDAS

DIANA SORAYA RUIZ GARCÍA

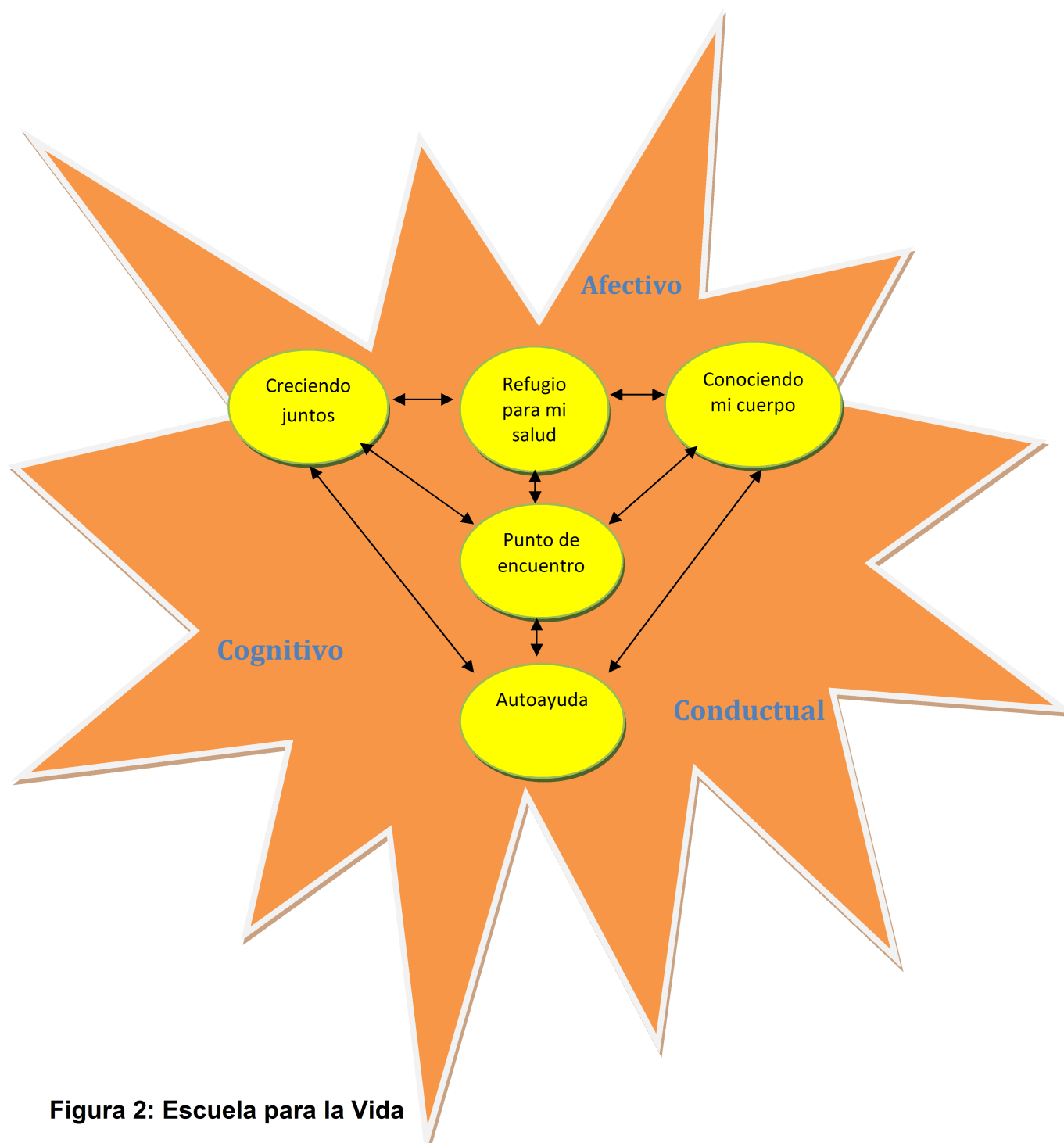
Asesora:

Mg. MARTHA LUCIA BOLIVAR GUTIERREZ

UNIVERSIDAD DE MANIZALES – CINDE  
EDUCACIÓN Y DESARROLLO HUMANO  
MANIZALES

2008

## PROGRAMA EDUCATIVO “ESCUELA PARA LA VIDA”



**Figura 2: Escuela para la Vida**

Fuente: Ruiz, DS. CD Presentación informe directivas de la embajada del Japón, 2003

## RESUMEN ANALÍTICO EDUCATIVO R.A.E

|                      |   |
|----------------------|---|
| <b>TÍTULO</b>        | PROPUESTA DE EDUCACIÓN EN SALUD PARA FORTALECER EL NIVEL DE AUTOESTIMA Y LAS PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO PROTECTORAS PARA LA SALUD DE LAS MUJERES USUARIAS DEL PROGRAMA “CÁNCER DE CUELLO UTERINO” DE LA UNIVERSIDAD DE CALDAS   |
| <b>JUSTIFICACIÓN</b> | <p>El cuidado de la salud se constituye en una actitud que debe ser estimulada y motivada en todos los seres humanos, máxime cuando surgen patologías cuya Etiología es visiblemente generada por descuido o por deficiencias en la consolidación de una adecuada cultura sobre la salud.</p> <p>El Cáncer de Cuello Uterino es una patología de gran frecuencia en nuestro medio y que generalmente produce situaciones psicológicas que restan calidad a la vida, en tal sentido, este proyecto investigativo se fundamentó en la inminente necesidad de estimular la interiorización de los valores de la “Autoestima” y el “Autocuidado”, ejes centrales del proyecto “Escuela para la Vida” cuyo objetivo prioritario fue el de proporcionar elementos de juicio a las usuarias de dicho programa para aceptar y manejar adecuadamente su situación personal y familiar.</p> |
| <b>PROBLEMA</b>      | <p>a. DESCRIPCIÓN: Se detecta una visible ignorancia por parte de las usuarias del programa Cáncer de Cuello Uterino de la Universidad de Caldas, acerca de la necesidad de tomar actitudes personales que le permitan afrontar dicho problema con sentido de debilidad y con perspectivas de optimismo como fundamentos para la armonización de su salud.</p>  |

b. DELIMITACIÓN: El proyecto está dirigido inicialmente a las usuarias del programa Cáncer de Cuello Uterino de la Universidad de Caldas.

c. FORMULACIÓN: ¿Qué incidencia, tiene la propuesta educativa “Escuela para la vida” en las usuarias del programa Cáncer de Cuello Uterino de la Universidad de Caldas en relación al fortalecimiento del nivel de autoestima y las prácticas protectoras de autocuidado?

## **OBJETIVOS**

### **a. GENERAL**

Determinar el impacto que tiene la propuesta Educativa “Escuela para la Vida” sobre las actitudes de la Autoestima y las prácticas de Autocuidado en las usuarias del programa Cáncer de Cuello Uterino, con el fin de fortalecerlo e implementarlo en diferentes comunidades comprometidas con dicha Patología.

### **b. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- ✓ Definir los niveles de Autoestima de las usuarias que participen en el programa “Escuela para la Vida” para elaborar estrategias que faciliten su crecimiento personal.
- ✓ Conocer las prácticas de Autocuidado de las usuarias de dicho programa con el fin de proporcionarles orientación profesional al respecto.
- ✓ Dimensionar los alcances del Programa Educativo “Escuela para la Vida” en lo atinente a la interiorización de la importancia de la salud como punto de partida para la optimización de la misma vida.

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>REFERENTE TEÓRICO</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ DESCRIPCIÓN EPIDEMIOLÓGICA</li> <li>✓ CANCER DE CUELLO UTERINO</li> <li>✓ FACTORES DE RIESGO</li> <li>✓ SALUD – ENFERMEDAD</li> <li>✓ EDUCACIÓN Y AUTOREGULACIÓN</li> <li>✓ EDUCACIÓN PARA LA SALUD</li> <li>✓ AUTOCUIDADO Y AUTOESTIMA</li> <li>✓ POR QUÉ NECESITAMOS AUTOESTIMA</li> </ul>                                   |
| <b>HIPÓTESIS</b>             | <p>Las usuarias del programa de Cáncer de Cuello Uterino de la Universidad de Caldas que participan en la Propuesta Educativa “Escuela para la Vida” obtienen progreso significativo en sus niveles de Autoestima y las prácticas de Autocuidado en relación con las usuarias del programa de Cáncer de Cuello Uterino que no participan de la propuesta educativa.</p> |
| <b>TIPO DE INVESTIGACIÓN</b> | <p>ENFOQUE EMPÍRICO ANALÍTICO: Parte de una racionalidad instrumental y pretende describir, medir y explicar un fenómeno con posibilidad de replicabilidad en condiciones relativamente nuevas.</p>   |
| <b>PALABRAS CLAVES</b>       | <p>- PATOLOGÍA - CÁNCER - CUELLO UTERINO - AUTOESTIMA - AUTOCUIDADO<br/>- SALUD - RIESGO - AUTOREGULACIÓN - EMPÍRICO ANALÍTICO</p>  |

## **AGRADECIMIENTOS**

Doy gracias a Dios por haberme dado la fuerza y la voluntad para realizar la maestría, gracias Dios por permitir que cumpliera mi sueño; a mi papá por su paciencia, amor, compañía, buena voluntad y capacidad de gestión para cumplir mi objetivo, a mi madre por su ayuda incondicional, solidaridad, entrega y amor, a mi tío Pedro Antonio Ruiz Herrera “Pepe”, por su asesoría en la tesis, su gran capacidad argumentativa, el cariño y el interés que demostró para que mi sueño se cumpliera. A mis hermanas y hermanos por su constante compañía.

Gracias, a la Magíster Martha Lucia Bolívar Gutiérrez, la Dra. Sara Victoria Alvarado y al Dr. Germán Olarte Echeverri por el apoyo brindado.

A todos ellos, mil gracias y que Dios derrame muchas bendiciones y tengan éxitos en todas sus metas.

Diana Soraya Ruiz García



## **DEDICATORIA**

Los senderos se hacen plácidos en la medida en que su medio circundante sea agradable a nuestras expectativas; en tal sentido, el calor del hogar es el estímulo primario para que nuestros espíritus se proyecten hacia horizontes de superación.

A mis padres: Dorlán Emilio y Mariela, vigías perennes en mi proceso de superación; a mis hermanos: Edna Lucena, Yhara Bibiana, Olma Daliana, Harold David, Andrés Mauricio y a mi familia en general, dedico esta nueva etapa de mi vida, la que a mi íntimo sentir tendrá la rúbrica sincera de mi proyección social.

Diana Soraya Ruiz García

## TABLA DE CONTENIDO

|                                | Página |
|--------------------------------|--------|
| INTRODUCCIÓN                   | 10     |
| 1. ORIGEN DEL ESTUDIO          | 13     |
| 1.1 ANTECEDENTES               | 13     |
| 1.2 ETAPA DIAGNÓSTICA          | 17     |
| 2. JUSTIFICACIÓN               | 22     |
| 3. ÁREA PROBLEMÁTICA           | 24     |
| 3.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA   | 24     |
| 3.2 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA  | 24     |
| 3.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA   | 25     |
| 4. OBJETIVOS                   | 26     |
| 4.1 OBJETIVO GENERAL           | 26     |
| 4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS      | 26     |
| 5. REFERENTE TEÓRICO           | 27     |
| 5.1 DESCRIPCIÓN EPIDEMIOLÓGICA | 27     |
| 5.1.1 Cáncer de cuello uterino | 28     |
| 5.1.2 Factores de riesgo       | 29     |

|  |    |
|--|----|
| 5.1.3 Salud – enfermedad                   | 32 |
| 5.2 EDUCACIÓN Y AUTOREGULACIÓN             | 33 |
| 5.2.1 Educación para la salud              | 36 |
| 5.3 EL AUTOCUIDADO Y LA AUTOESTIMA         | 39 |
| 6. HIPÓTESIS                               | 48 |
| 6.1 HIPÓTESIS EXPERIEMENTAL                | 48 |
| 6.2 HIPÓTESIS NULA                         | 48 |
| 7. VARIABLES                               | 50 |
| 7.1 PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO               | 50 |
| 7.2 PRÁCTICAS FAVORECEDORES O PROTECTORES  | 50 |
| 7.3 PRÁCTICAS NEGATIVAS O DE RIESGO        | 51 |
| 7.4 NIVELES DE AUTOESTIMA                  | 51 |
| 8. PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO              | 54 |
| 8.1 POBLACIÓN                              | 54 |
| 8.2 MUESTRA                                | 54 |
| 8.3 TIPO DE INVESTIGACIÓN                  | 55 |
| 8.4 DISEÑO                                 | 55 |
| 8.5 PROCEDIMIENTO                          | 56 |
| 8.6 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN             | 57 |
| 9. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS | 58 |

|     |                      |     |
|-----|----------------------|-----|
| 9.1 | ANÁLISIS CUALITATIVO | 79  |
| 10. | CONCLUSIONES         | 80  |
| 11. | RECOMENDACIONES      | 82  |
|     | ANEXOS               | 83  |
|     | BIBLIOGRAFÍA         | 114 |

## ANEXOS

|  | Página |
|--|--------|
| 1. PROPUESTA EDUCATIVA EN SALUD:<br>“ESCUELA PARA LA VIDA” | 83     |
| 1.1 PRESENTACIÓN   | 83     |
| 1.2 JUSTIFICACIÓN  | 83     |
| 1.3 OBJETIVOS  | 85     |
| 1.4 BENEFICIO SOCIAL                                       | 86     |
| 1.5 METODOLOGÍA  | 86     |
| 1.6 DESARROLLO DEL PROGRAMA EDUCATIVO                      | 87     |
| 1.6.1 Punto de encuentro                                   | 87     |
| 1.6.2 Creciendo juntos                                     | 90     |
| 1.6.3 Refugio para mi salud                                | 93     |
| 1.6.4 Conociendo mi cuerpo                                 | 95     |
| 1.6.5 Autoayuda  | 97     |
| 1.7 CONSIDERACIONES ÉTICAS                                 | 100    |
| 1.8 RECURSO HUMANO   | 100    |
| 1.9 RECURSO FÍSICO   | 100    |

|      |                                   |     |
|------|-----------------------------------|-----|
| 1.10 | SISTEMA DE INFORMACIÓN Y MERCADEO | 100 |
| 1.11 | INDICADORES DE ÉXITO              | 101 |
| 1.12 | EVALUACIÓN                        | 101 |
| 1.13 | PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS            | 101 |
| 1.14 | LOGROS                            | 102 |
| 2.   | AUTOESTIMA: AUTOEXAMEN            | 104 |
| 3.   | TEST DE AUTOCUIDADO               | 107 |
| 4.   | FACTORES DE RIESGO                | 109 |
| 5.   | SIGNOS Y SÍNTOMAS                 | 111 |
| 6.   | CUESTIONARIO                      | 113 |

## INTRODUCCI“ N

1

2.

3

4



**Principio de**

**Principio sistémico**

**Principio de solidaridad:**

**Principio de dinamismo**

**Principio de fealdad:**





ő.

ő.

ő.

ő.

ő.

ő.

ő.

ő.

ő.



## **1 ORIGEN DEL ESTUDIO**

### **1 ANTECEDENTES**



---

<sup>1</sup> Olarte G, Betancur SI. Modelo de Intervención Comunitaria en Salud y Sistematización del programa de extensión para el manejo descentralizado y control del cáncer de cuello uterino en el departamento de Caldas Manizales, CINDE Universidad Pedagógica Nacional. 1993.

| OBJETIVO  | TEMAS Y SUBTEMAS  | ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA |                       | TIEMPO  |
|---|---|-------------------------|-----------------------|---------|
|   |   | TÉCNICA                 | AYUDAS                |         |
| Identificar los principales factores de riesgo relacionados con la aparición del cáncer y la forma de prevenirlos | Factores de riesgo de cáncer tales como:  | Conferencia             | Acetatos y carteles   | 2 horas |
|   | Virus, bacterias, hongos, alimentación, cigarrillo, alcohol, edad, herencia, radiaciones, relaciones sexuales, químicos, estrés |                         |                       |         |
|   | Signos de alarma.   | Conferencia             | Modelos anatómicos    | 1 hora  |
|   | Enfermedades de transmisión sexual.   |                         | Preservativos         | 1 hora  |
|   | Virus del Papiloma Humano.  | Demonstración           | Acetatos<br>Rotafolio | 1 hora  |
|   | Cáncer de cuello uterino: factores de riesgo, prevención.   | Conferencia             |                       | 1 hora  |
|   | Citología vaginal.  |                         | Acetatos              | 1 hora  |
|   | Colposcopia   | Taller                  | Acetatos              |         |
| Analizar las diferentes formas de intervención preventiva que estimulen el autocuidado y la                       | Alimentación balanceada   |                         |                       |         |
|   | Manejo del estrés   |                         |                       |         |

## 2 ETAPA DIAGNÓSTICA

a)

- 
- 
- 

b)



- 
- <sup>2</sup> Convenio entre Secretaria de Salud Municipal y Programa Cíer de Cuello Uterino y Cíer de Mama 2004- 2005
- <sup>3</sup> Historias Clínicas, Programa Cíer de Cuello Uterino y Cíer de Mama
- <sup>4</sup> Declaraciones realizadas verbalmente en los grupos de autoayuda de una de las vís metodológicas del programa educativo para la salud Escuela para la Vida .





1 Punto de encuentro

2. Creando un:

3 Refugio para insalud:

4 Creando un cuerpo

5 Ayuda:



đ.

đ.

đ.



## 2. JUSTIFICACIÓN





### **3 REA PROBLEMTICA**

#### **3 DESCRIPCION DEL PROBLEMA**

#### **2 DELIMITACION DEL PROBLEMA**

### 3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA



## 4 OBJETIVOS

### 4.1 OBJETIVO GENERAL

### 4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Objetivo 1.

Objetivo 2.

Objetivo 3.

## 5 REFERENTE TE“ RICO

### 5 DESCRIPCI“N EPIDEMIOL“ GICA

- 
- <sup>5</sup> Olarte, G. Experiencias del Grupo de Trabajo en cáncer de cuello uterino y mama en el manejo de las lesiones intraepiteliales del cuello uterino, producida por el VPH. I Simposio de Actualización en Medicina General. Marzo 28 al 31 de 2001. Medomai. Universidad de Caldas. Manizales
- <sup>6</sup> Instituto Nacional de Cancerología. Atlas de mortalidad por cáncer Colombia Bogotá;1990.
- <sup>7</sup> Ministerio de Salud. Programa Nacional para el control del cáncer de cuello uterino en Colombia. Bogotá; 1990.



## 8. C. NCER DE CUELLO UTERINO

---

<sup>8</sup> Dirección Seccional de Salud de Caldas. Morbimortalidad por tumores malignos en todas las edades. 1989.

<sup>9</sup> Ministerio de Salud. Programa Nacional para el control del cáncer de cuello uterino en Colombia. Bogotá: 1990.

<sup>10</sup> Olarte, G. Experiencias del Grupo de Trabajo en cáncer de cuello uterino y mama en el manejo de las lesiones intraepiteliales del cuello uterino, producida por el VPH. I Simposio de Actualización en Medicina General. Marzo 28 al 31 de 2001. Medomai. Universidad de Caldas. Manizales

## 8. FACTORES DE RIESGO

---

<sup>11</sup> Olarte, G. Experiencias del Grupo de Trabajo en cáncer de cuello uterino en el manejo de las lesiones intraepiteliales del Cuello Uterino, producida por el VPH.

<sup>12</sup> Olarte G. Modelo Descentralizado, alternativo y participativo en el Manejo del Cáncer de Cuello Uterino y Mama. Tercer Simposio de ginecología y obstetricia. Manizales, 1994.

<sup>13</sup> Mantilla L. Habilidades para Vivir: Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales. Bogotá: Fundación Fe y Alegría: 2000.

- 
- <sup>14</sup> Olarte, G. Experiencias del Grupo de Trabajo en el manejo de las lesiones intraepiteliales del cuello uterino, producida por el VPH.
- <sup>15</sup> Wyh TC, Krman RJ, Ferrenzy A. Pre cancerous lesions of the cervix En: Krman RJ. Blaustein S. Pathology of the female genital tract. 4o ed. New York: Springer Verlag;1994
- <sup>16</sup> Copleson M. Ellis P. Bevon R. Colposcopia: Barcelona: Toray;1974
- <sup>17</sup> Pava R. Sepúlveda LE, Vallejo MT. Biosalud. Revista Ciencias Básicas, Sistema de Vigilancia Epidemiológica de las Neoplasias del Tracto Genital Inferior Femenino en la Red de Patología Cervical y Colposcopia del Departamento de Caldas. Universidad de Caldas. Vol. 1, mayo de 2002. S95-S97



## **3 SALUD - ENFERMEDAD**

---

<sup>18</sup> Revista de Salud Pública, Sao Pablo, 2001.



## 2 EDUCACIÓN Y AUTORREGULACIÓN

---

<sup>19</sup> Tobon O, García C. Fundamentos teóricos y metodológicos para el trabajo comunitario en salud. Ed. Universidad de Caldas Ciencias para la Salud. 2004. Pág. 7.

<sup>20</sup> Ovedo E. La relación salud enfermedad: un proceso social En: Salud para la calidad de vida. Bases para un plan del Programa de Ciencia y Tecnología.

<sup>21</sup> En Duelas J. Educación para la Salud: Bases psicopedagógicas. Enero 1999. Ponencia presentada en el evento II Conferencia Internacional de Psicología de la Salud. Palacio de las Convenciones. Cuba.

Ō.

Ō.

Ō.

Ō.

---

<sup>22</sup> Mateos. M. Metacognicion y EducacEd. Aiqe.

<sup>23</sup> Tamayo. OE Seminario Taller Metacognicion en la Enseanza y Aprendizaje de Ciencia.



ő.

ő.





## 1 EDUCACIÓN PARA LA SALUD

•

•



ő.

ő.

ő.



**1**

**2.**

**3**

## **5 EL AUTOCUIDADO Y LA AUTOESTIMA**

---

<sup>24</sup> Escobar GM, Salud Mental. Proceso de atención de enfermería. Manizales. ARS ediciones.





Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.



## POR Q NECESITAMOS AUTOESTIMA

---

<sup>25</sup> Nataniel Branden. Como mejora la autoestima. 3 Ed. Barcelona 1990.



Ö.

Ö.

—

3





Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.



Ö.

**Autoccept**

Ö.

**Autocacin** .

Ö.

**Autospeb**

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.

Ö.



Ů.  
Ů.  
Ů.  
Ů.  
Ů.  
Ů.  
Ů.  
Ů.  
Ů.



## 6 HP“ TESIS

### 6 HP“ TESIS EXPERIMENTAL

### 8 HP“ TESIS NULA

-

-

| HP“ TESIS | VARIABLES | NIVELES |
|-----------|-----------|---------|
| 1         |           |         |
|           |           |         |
|           |           |         |
| 2.        |           |         |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

## 7 VARIABLES

### 7 PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO

### 2 PRÁCTICAS FAVORECEDORES O PROTECTORES

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

### 3 PRÁCTICAS NEGATIVAS O DE RIESGO

•

•

•

•

•

### 4 NIVELES DE AUTOESTIMA



-

-

-

-

-

-

-

-

-

-



## 8 PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO

### 8.1 POBLACIÓN

### 8.2 MUESTRA



## 8 TIPO DE INVESTIGACIÓN

## 8 DISEÑO



## DISTRIBUCIÓN DE LOS GRUPOS Y TIPO DE TRATAMIENTO

| GRUPO | MEDICIÓN INICIAL | TRATAMIENTO | MEDICIÓN FINAL |
|-------|------------------|-------------|----------------|
|       |                  |             |                |
|       |                  |             |                |

## 8 PROCEDIMIENTO

0.

0.

0.

0.

0.

0.

Ö.

## 8 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN



## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

### AUTOESTIMA

1 .

2 .

3 .



4 .

## AUTOCUIDADO

1

2.

3

4





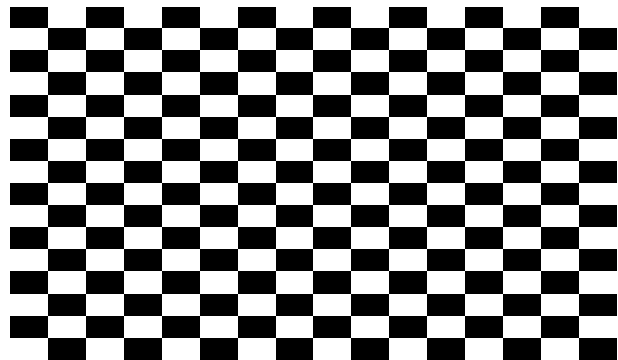
## GRUPO CONTROL AUTOESTIMA

### TABLA N°

Mi vida con alegría y satisfacción

| No    | OPCIONES | F  | % |
|-------|----------|----|---|
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
| TOTAL |          | 22 | 0 |

GR FICO 1



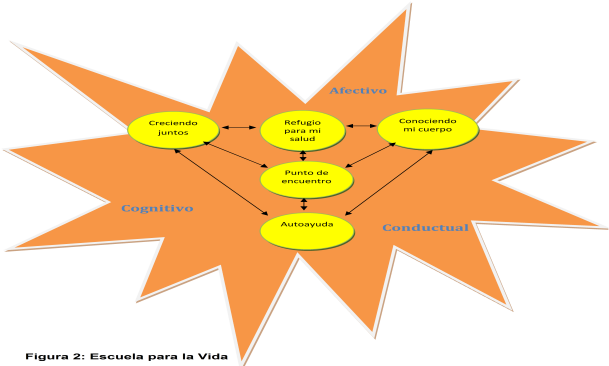
### INTERPRETACIÓN

TABLA N°

Capacidad para aceptar álencias y unidad para epear de nuevo

| No    | OPCIONES | F  | % |
|-------|----------|----|---|
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
| TOTAL |          | 22 | 0 |

GRFICO 2



INTERPRETACI“ N:

**TABLA N°8**

**Capacidad personal para mantener el equilibrio emocional.**

| No           | OPCIONES | F         | %        |
|--------------|----------|-----------|----------|
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
| <b>TOTAL</b> |          | <b>22</b> | <b>0</b> |

**GRFICO 3**

**INTERPRETACIÓN:**

#### TABLA N°4

De la capacidad socializante de la usuaria

| No    | OPCIONES | F  | %     |
|-------|----------|----|-------|
| 1     |          |    |       |
| 2     |          |    |       |
| 3     |          |    |       |
| 4     |          |    |       |
| TOTAL |          | 22 | 100 - |

GRAFICO 4

INTERPRETACIÓN:

## GRUPO CONTROL AUTOCUIDADO

**TABLA 1**

**De las prctcas saludables**

| No    | OPCIONES | F  | % |
|-------|----------|----|---|
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
| TOTAL |          | 22 | 0 |

**GRFICO 1**

**INTERPRETACI“ N:**



**TABLA N°2**

**De las precauciones que tienen las usuarias ante los posibles peligros**

| No           | OPCIONES | F         | %        |
|--------------|----------|-----------|----------|
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
| <b>TOTAL</b> |          | <b>22</b> | <b>0</b> |

**GRFICO 2**

**INTERPRETACIÓN:**

**TABLA N°8**

**Del cupliante de recomendaciones para cuidar su integridad**

| No           | OPCIONES | F         | %          |
|--------------|----------|-----------|------------|
|              |          |           |            |
|              |          |           |            |
|              |          |           |            |
|              |          |           |            |
| <b>TOTAL</b> |          | <b>22</b> | <b>0 0</b> |

**GRFICO 3**

**INTERPRETACI“ N**



## TABLA No 4

Del cuidado y precaución que tiene para realizar ciertos trabajos

| No    | OPCIONES | F  | %   |
|-------|----------|----|-----|
|       |          |    |     |
|       |          |    |     |
|       |          |    |     |
|       |          |    |     |
| TOTAL |          | 22 | 100 |

GRFICO 4

## INTERPRETACIÓN

## GRUPO EXPERIMENTAL DE AUTOESTIMA

TABLA N°

Mi ida co alegr" a ysatsáccin

| No    | OPCIONES | F  | % |
|-------|----------|----|---|
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
| TOTAL |          | 22 | 0 |

GRFICO 1

INTERPRETACI" N:

**TABLA N°2**

**Capacidad para aceptar álencias y unidad para epear de nuev**

| No    | OPCIONES | F  | % |
|-------|----------|----|---|
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
| TOTAL |          | 22 | 0 |

**GRFICO 2**

**INTERPRETACI“ N:**

**TABLA N°3**

**Capacidad personal para mantener el equilibrio**

| No           | OPCIONES | F         | %        |
|--------------|----------|-----------|----------|
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
| <b>TOTAL</b> |          | <b>22</b> | <b>0</b> |

**GRFICO 3**

**INTERPRETACIÓN:**

## TABLA N°4

De las capacidades soializant de la usuaria

| No    | OPCIONES | F  | % |
|-------|----------|----|---|
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
| TOTAL |          | 22 | 0 |

GRFICO 4

INTERPRETACI“ N:

## GRUPO EXPERIEMETAL DE AUTOCUIDADO

**TABLA N°**

**De las prctcas saludables.**

| No    | OPCIONES | F  | % |
|-------|----------|----|---|
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
| TOTAL |          | 22 | 0 |

**GRFICO 1**

**INTERPRETACI“ N:**



**TABLA N°2**

**De las preocupaciones que tiene la usuaria ante los posibles peligros**

| No           | OPCIONES | F         | %        |
|--------------|----------|-----------|----------|
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
| <b>TOTAL</b> |          | <b>22</b> | <b>0</b> |

**GRFICO 2**

**INTERPRETACIÓN:**





**TABLA N°8**

**Del cupliante de recomendaciones para cuidar su integridad**

| No           | OPCIONES | F         | %        |
|--------------|----------|-----------|----------|
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
|              |          |           |          |
| <b>TOTAL</b> |          | <b>22</b> | <b>0</b> |

**GRAFICO 3**

**INTERPRETACIÓN**

**TABLA N°4**

**Del cuidado y precaución que tenes para realizar ciertos trabajos**

| No    | OPCIONES | F  | % |
|-------|----------|----|---|
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
|       |          |    |   |
| TOTAL |          | 22 | 0 |

**GRFICO 4**

**INTERPRETACIÓN N°:**

## 9 ANÁLISIS CUALITATIVO



## 0 CONCLUSIONES

0.

0.

0.

0

0

0

0

0.



ő.

ő.



## 1 RECOMENDACIONES

đ.

đ.

đ.

đ.

đ.

## ANEXOS

### 1 PROPUESTA EDUCATIVA EN SALUD: ESCUELA PARA LA VIDA

#### PRESENTACIÓN

#### JUSTIFICACIÓN





## 13OBJETIVOS

1

2.

3

4

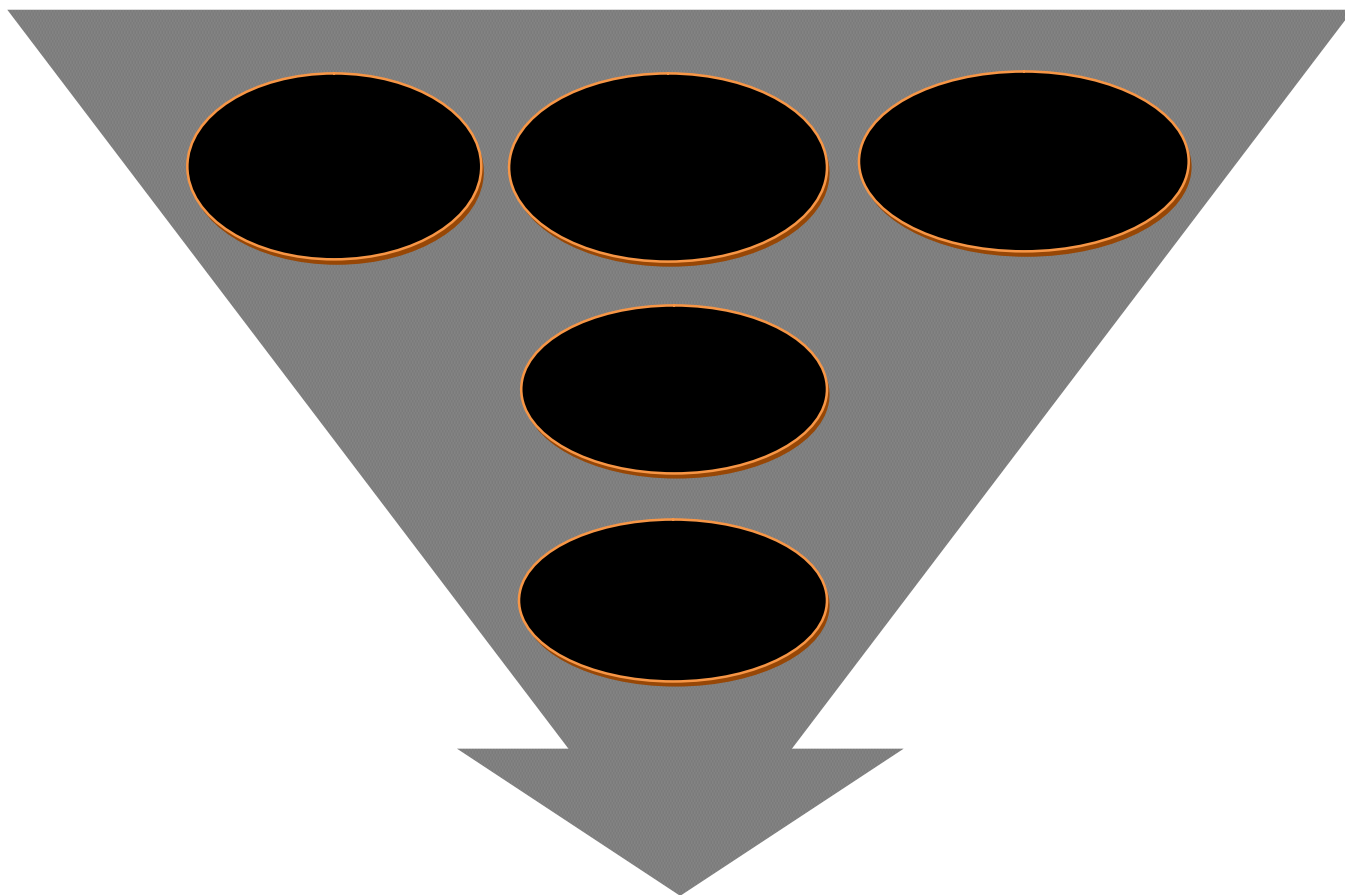
5



## 14 BENEFICIO SOCIAL

## 5 METODOLOGÍA





## 16DESARROLLO DEL PROGRAMA EDUCATIVO

### 16PUNTO DE ENCUENTRO

Prior ent

Medio”a:

1

2.

3

4

5

Placin:

Segundo:

Medio:

Placin:

# PUNTO DE ENCUENTRO ESQUEMA



## 12 C CRECIENDO JUNTOS

Priori onb

Medio" a:

Placin :

## CRECIENDO JUNTOS

Segund onb

Medio" a:

Unidad didctica:

Lugar:

ba:

Tiempo

D" a



# CRECIENDO JUNTOS

## ESQUEMA DE ACTIVIDADES

### AUTOESTIMA

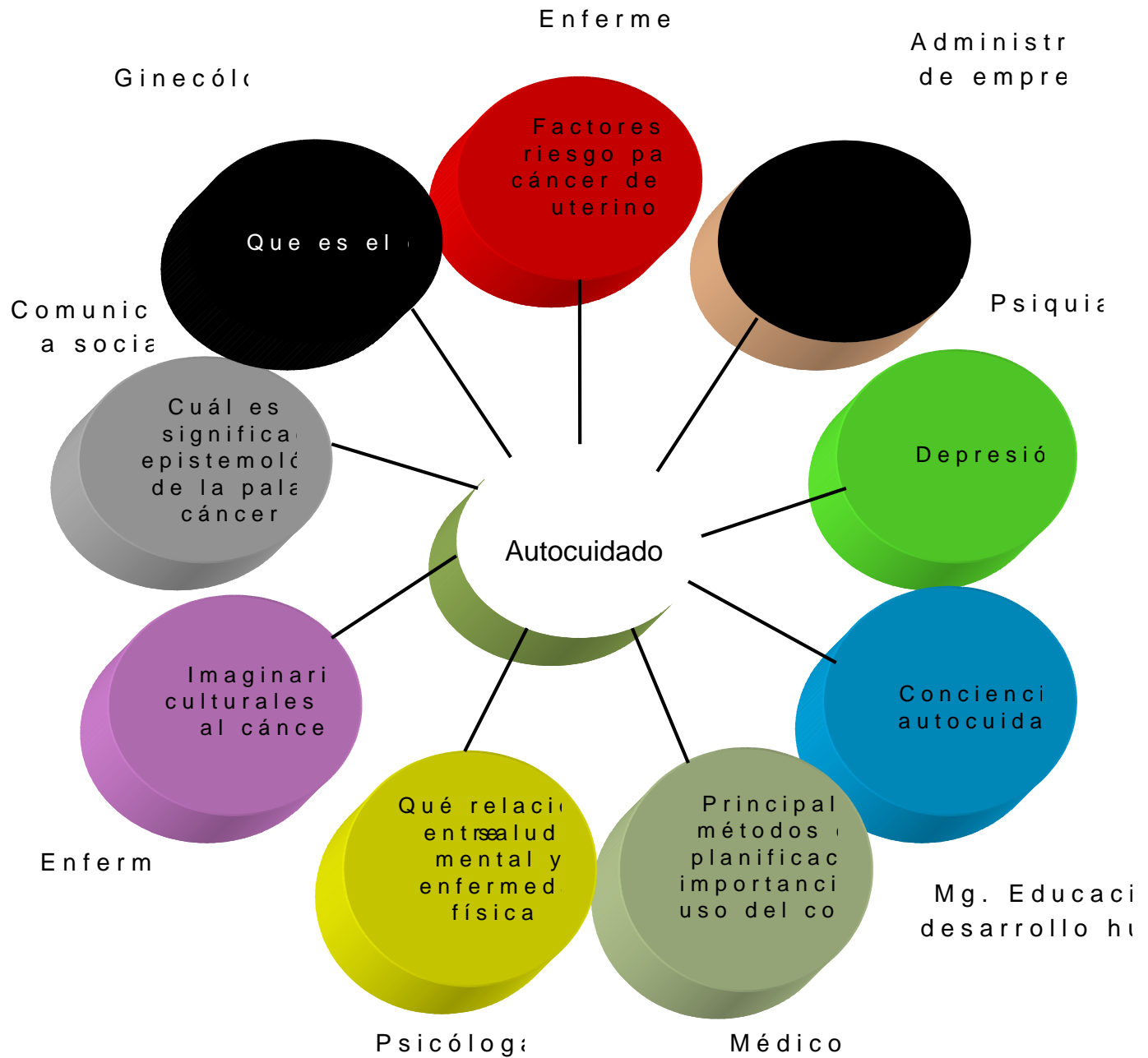




# CRECIENDO JUNTOS

## ESQUEMA UNIDAD DIDACTICA

### AUTOCUIDADO



## 16 REFUGIO PARA MI SALUD

Medio "a:

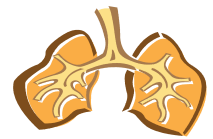
Placin:



# REFUGIO A SALUD

Relajacin

Técnicas de respiracin



Ejercicio

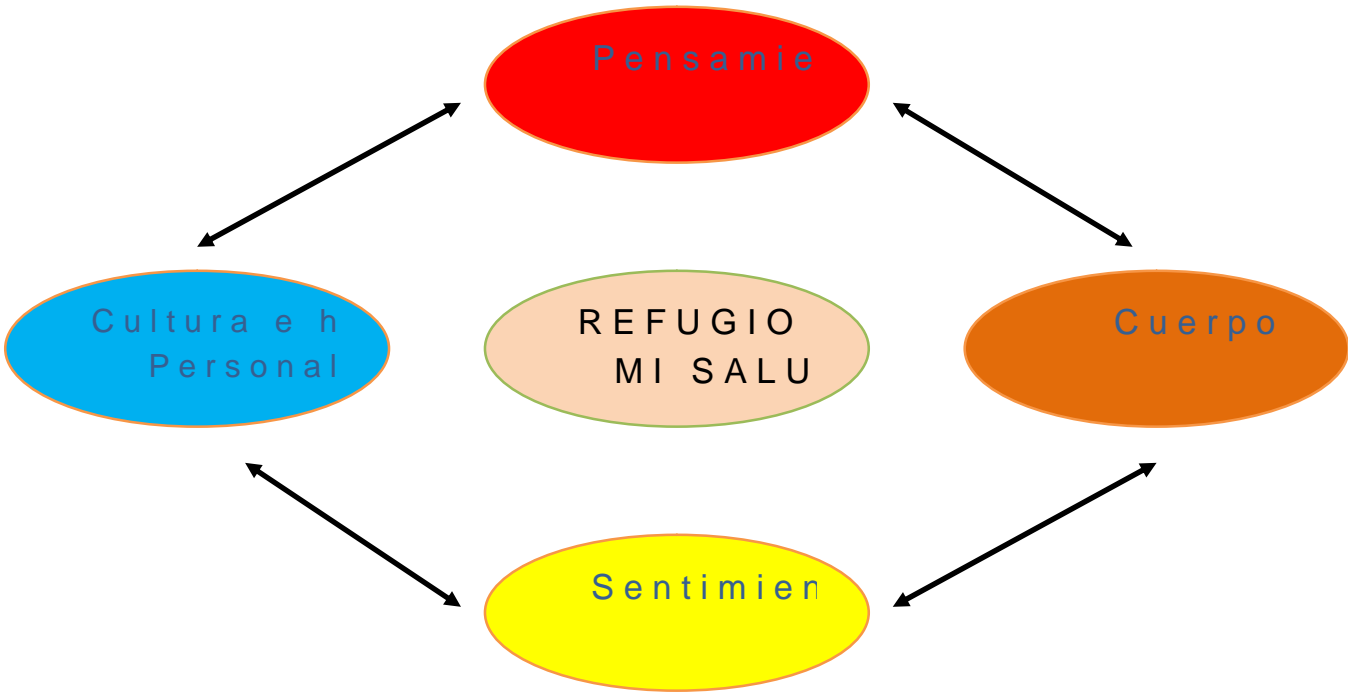
## 16 CONOCIENDO MI CUERPO

Medio : a



# CONOCIENDO MI CUERPO

## ESQUEMA



### 1.6.5 AUTOAYUDA

Metodo de trabajo Reunión grupal con los siguientes pasos:

1. Lectura
2. Reflexión sobre uno de los pasos
3. Comentarios
4. Moraleja
5. Cierre

#### Lecturas

- 1 . Amistad
- 2 . Bienestar Espiritual
- 3 . Educación
- 4 . Enfermedad
- 5 . Envejecimiento y vejez
- 6 . Hijos malos
- 7 . Malos tratos
- 8 . Miedos y fobias
- 9 . Muerte y duelo
- 10 Mujeres
- 11 Niño Interior
- 12 Problemas emocionales
- 13 Profesión y trabajo
- 14 Prosperidad
- 15 Relaciones familiares
- 16 Relaciones románticas
- 17 Salud
- 18 ¿Qué es amor ?

## GRUPO DE AUTOAYUDA

### ESQUEMA

Desarrollo  
del plano

Reconciliación  
con la vida



## PROGRAMA EDUCATIVO ESCUELA PARA LA VIDA

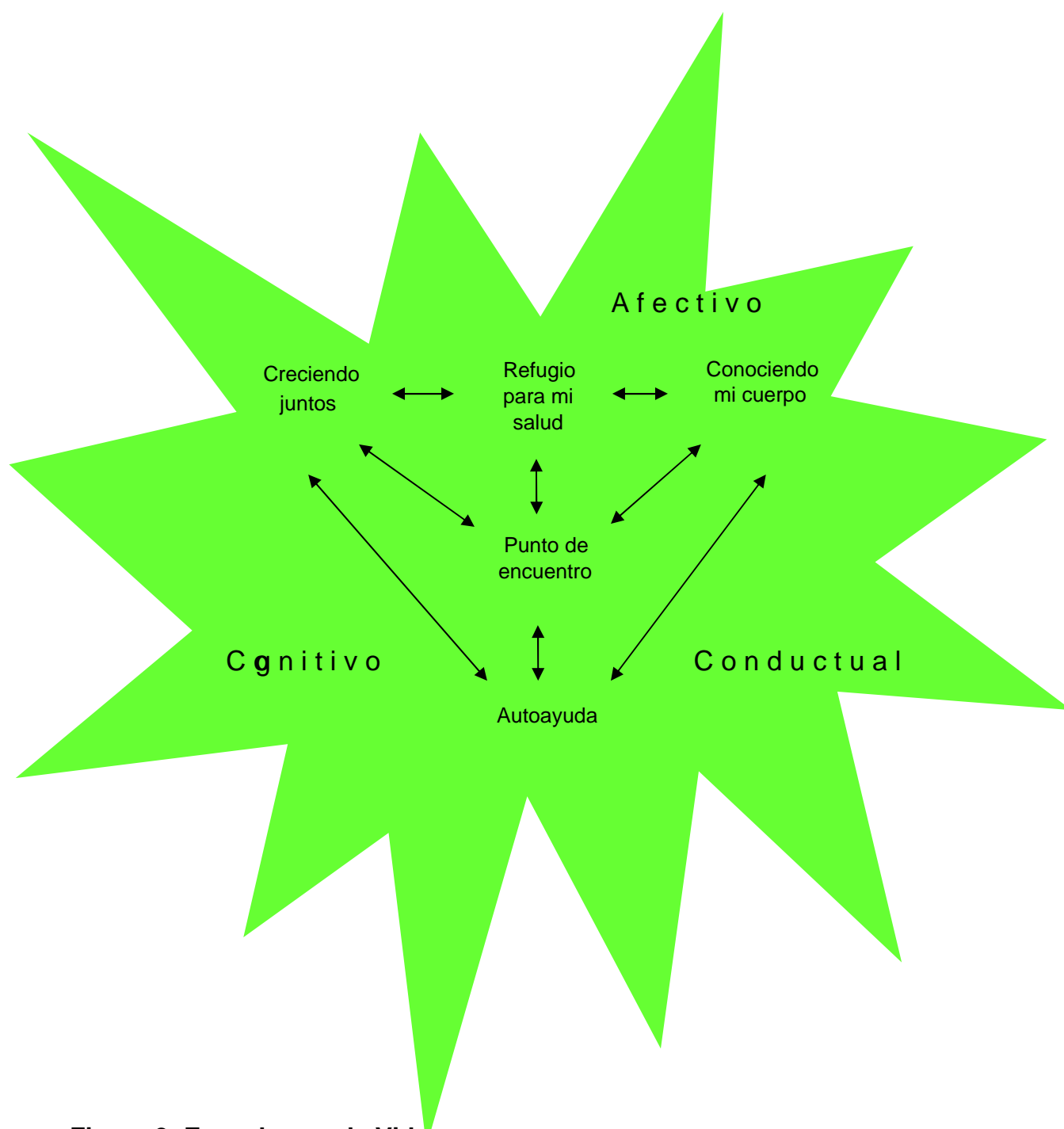


Figura 2: Escuela para la Vida



**17 CONSIDERACIONES TÉCNICAS**

**18 RECURSO HUMANO**

**19 RECURSO FINANCIERO**

**10 SISTEMA DE INFORMACIÓN EN MERCADEO**



## 11 INDICADORES DE XITO

Ø

Ø

Ø

## 12 EVALUACIÓN

## 13 PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS

Principio Histórico

Principio Sistemático

Principio de Solidaridad:

**Principio de Dinamismo**

**Principio de Flexibilidad:**

## **11 LOGROS**

### **LOGROS PUNTO DE ENCUENTRO**

00 **Procción a lo usuario:**

o

o

o

00 **Encuentro de saberes:**

o

### **LOGROS CRECIENDO JUNTOS**

00 **Educación a parejas:**

o

00 **Educación a adolescentes:**

o

00 Educacin a ni0:

0

## LOGROS REFUGIO PARA MI SALUD

00

## LOGROS CONOCIENDO MI CUERPO

00

## LOGROS AUTOAMDA

00

00

**2. AUTOESTIMA: AUTOEXAMEN**  
**CIRILO TORO VARGAS,PHD,9**

| <b>4SIEMPRE</b> | <b>3CASI SIEMPRE</b> | <b>2 ALGUNAS<br/>VECES</b> | <b>1NUNCA</b> |
|-----------------|----------------------|----------------------------|---------------|
|-----------------|----------------------|----------------------------|---------------|

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |



|                                |  |  |  |  |
|--------------------------------|--|--|--|--|
|                                |  |  |  |  |
|                                |  |  |  |  |
|                                |  |  |  |  |
|                                |  |  |  |  |
| <b>TOTALES DE CADA COLUMNA</b> |  |  |  |  |
| <b>TOTAL</b>                   |  |  |  |  |

### 3 TEST DE AUTOCUIDADO

[illegible]



|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

## 4 FACTORES DE RIESGO



## AUMENTO DE RIESGO DE CANCER CON LA EDAD

## 5 SIGNOS VS NTOMAS

ő.

ő.

ő.

ő.

ő.





**6 CUESTIONARIO**  
**PREGUNTAS ESTRUCTURADAS (AUTOESTIMA)**

**1**

**2.**

**3**

**4**

**PREGUNTAS ESTRUCTURADAS (AUTOCUIDADO)**

**1**

**2.**

**3**

**4**

## 2. BIBLIOGRAF A









